

DAS LAND KÄRNTEN & DIE GESUNDE GEMEINDE LADEN EIN



TEILNAHME
KOSTENLOS



NEUSTART
WAGEN



LEICHTER
LEBEN



FASTEN
WISSEN

BASENFASTEN FÜR EINSTEIGER

Entlasten statt verzichten.

Ambulantes Basenfasten mit der
ärztlich geprüften Fastenleiterin **Sybille Mikula**

BASENFASTENWOCHE

ZEIT: 6. - 13. März 2026 | täglich 18:00 - 20:00, WE frei

ORT: Foyer des Kulturhauses, 9473 Lavamünd 10

Die Kosten trägt die Unterabteilung Gesundheitsförderung des Landes Kärnten

Bei jedem täglichen Treffen gibt es einen Vital-
Drink aus frisch gepresstem Gemüse und Obst.

Anmeldung bis 1.3.26:

Maria Wright, 0699 1926 8235

Bei Fragen rund ums Fasten:

Sybille Mikula, www.holomantie.at

LAND  KÄRNTEN

Abt. 5 – Gesundheit und Pflege

gesunde 
gemeinde